

149 RUE ANATOLE FRANCE
92534 LEVALLOIS PERRET CEDEX - 01 41 34 60 00





05 NOV 10
Hebdomadaire Paris
OJD : 370659

Surface approx. (cm²) : 472
N° de page : 234



Avant l'ostéopathie existaient les massages « dynamiques » façon Mario David s'entraînant sur Louis de Funès, sous les yeux d'Agathe Natanson, dans « Oscar ».

OSTÉOPATHIE, MODE D'EMPLOI

Tout le monde en parle, mais peu connaissent vraiment cette pratique. Le point avec Alain Cassourra, médecin et ostéopathe, qui publie « L'énergie, l'émotion, la pensée, au bout des doigts. Au-delà de l'ostéopathie » (Odile Jacob).

POUR TROUVER UN OSTÉOPATHE

✔ On suit les recommandations de son médecin ou de son kiné.
✔ On consulte les registres des syndicats (les ostéopathes diplômés y sont inscrits).
✔ On fait fonctionner le bouche-à-oreille.

ET ENSUITE ?

Une fois installé pour la première fois dans son cabinet, on lui explique clairement ce qu'on attend de lui. L'essentiel ? Comme avec son médecin, se sentir en confiance.

C'est quoi, l'ostéopathie ?
Une médecine qui s'intéresse au corps et à ses mouvements. L'ostéopathe recherche les différentes restrictions de mobilité présentes au niveau des articulations, des organes, des muscles ou même du crâne. Il les liste, puis tente de les débloquer pour rétablir un équilibre dans le corps, partant du principe que tout interagit sur tout : par exemple, le système articulaire via le système neurologique peut influencer le système viscéral, et vice versa.

Comment ça marche ?
Les différents blocages découverts par le praticien lui permettent de remonter à l'origine d'une douleur. Ainsi, si un patient souffre de la nuque, cela peut être dû à un souci d'origine viscérale (du foie sur le diaphragme ?), crânienne (entre deux os ?) ou autre Pour mener à bien ses investigations, l'ostéo utilise ses mains. Le plus souvent, il manipule (sans forcément faire craquer !) le corps du patient pour discerner les tensions, même les plus infimes. Il parvient alors à ressentir les déséquilibres, à percevoir les chaînes musculaires ultra tendues et, par là même, à débusquer ces fameuses restrictions de mobilité.

Comment se déroule une séance ?
Tout d'abord, l'ostéopathe questionne le patient : état civil, antécédents médico-chirurgicaux, familiaux... C'est primordial, car on appréhende la personne dans sa globalité. Puis, selon la température ambiante et en fonction du type d'ostéopathie pratiquée (certains manipulent plus que d'autres, et donc ont besoin de plus de visibilité pour agir avec une précision optimale), on s'allonge habillé ou en sous-vêtements. Une séance dure entre 30 et 45 minutes.

Quid des énergies souvent évoquées à propos de l'ostéopathie ?
Le corps est animé de mouvements qu'on ne voit pas, conséquence de la respiration et de la circulation des différents fluides corporels comme le sang, le liquide céphalo-rachidien, etc. L'ostéopathe agit donc comme un marionnettiste qui sent sa marionnette bouger et les fils se tendre. Il perçoit les différents rythmes de toutes ces circulations.

Que peut-on attendre d'une séance ?
L'ostéopathie peut avoir des vertus préventives. Elle permet de veiller à ce que le corps soit en bon état de marche. D'un point de vue curatif, elle peut aussi, du nourrisson à la personne âgée, traiter une foule de maux. Quelques exemples : régurgitations du bébé, problèmes de concentration chez l'enfant, maux de ventre, douleurs de dos, cystites à répétition, problèmes d'épaule ou de hanche pour l'adulte... Au préalable, le patient devra avoir demandé un diagnostic médical – car tous les ostéopathes ne sont pas médecins –, indispensable pour dépister à temps d'éventuelles pathologies graves dont le traitement dépasserait le cadre de l'ostéopathie.

PROPOS RECUEILLIS PAR CLAIRE BYACHE

COMBIEN ÇA COÛTE ?
ENTRE 50 ET 100 € LA SÉANCE, SELON QUE L'ON CONSULTE À PARIS OU EN PROVINCE. ATTENTION, LE PRIX N'EST PAS UN INDICATEUR DE QUALITÉ !